

PRESSEINFORMATION

Geschäftsführung

Johannes Lerch

Alberichstraße 66
68199 Mannheim | Deutschland

Telefon: +49 173 3210261
geschaeftsfuehrung@emmanuel.de
www.emmanuel.de

1. Februar 2023

Fastenexerziten mit der Gemeinschaft Emmanuel

10 Tage Heilfasten für Körper und Geist

Bereits zum dritten Mal bietet die Gemeinschaft Emmanuel Online-Fastenexerziten an – dieses Jahr direkt vor der Karwoche, vom 22. bis 31. März 2023.

10 Tage lang nur flüssige Nahrung zu sich nehmen (nach dem „Buchinger“-Heilfasten) und diese Fasten mit Impulsen und Austausch bewusst als einen geistlichen Weg leben – darin besteht das Konzept der Aktion „10 Tage Fasten“. Rund 230 Menschen aus ganz Deutschland haben sich letztes Jahr angemeldet. Die Teilnehmer treffen sich an neun Abenden für einen etwa 30-minütigen geistlichen Impuls von Pfarrer Dr. Andreas Schmidt, Spiritual des Münchner Priesterseminars, oder der Autorin Sophia Kuby aus Wien. Anschließend gibt es die Möglichkeit, sich etwa eine halbe Stunde online in einer der Kleingruppen auszutauschen. Hier ist Gelegenheit, über die Impulse und die eigenen Erfahrungen zu sprechen und sich gegenseitig auf dem gemeinsamen Weg zu stärken.

Thematisch geht es bei den Impulsen um die sieben Wurzelsünden – von der Diagnose der Krankheit zur Heilung der Seele. Die Teilnehmer sind eingeladen, körperlichen und geistigen Ballast abzustößen, um innerlich Platz zu schaffen und besser auf Gottes Stimme hören zu können.

Teilnehmer der letzten Exerzitien berichten von mehr Offenheit für die Nähe Gottes, eine gewachsene Sehnsucht nach vertrauensvoller Begegnung mit dem Herrn, aber auch eine größere Wertschätzung für das Essen, ein bewussteres Leben, mehr Gelassenheit und Frieden im Alltag sowie die Lösung von Abhängigkeiten.

Wer sich auf dieses Fasten-Abenteuer einlassen will, findet auf der Webseite 10tagefasten.emmanuel.de alle Informationen sowie einen Link zur Online-Anmeldung. Jeder kann mitmachen – ob mit oder ohne Fastenerfahrung, und mit oder ohne Kleingruppe.

Bildmaterial



Abb. 1: Keyvisual 10 Tage Fasten

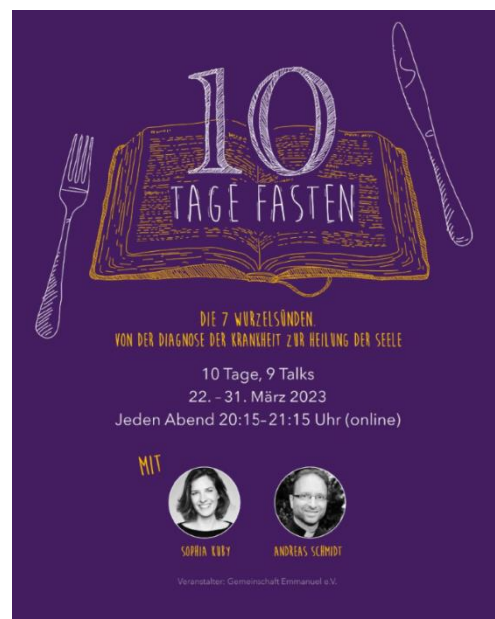


Abb. 2: Flyer 10 Tage Fasten